

A IMPORTÂNCIA DOS EXERCÍCIOS ESPIRITUAIS PARA A FILOSOFIA ANTIGA

Entende-se por exercícios espirituais todo o tipo de prática voluntária e pessoal que visava uma transformação individual, uma busca constante de um aperfeiçoamento, fazendo parte do modo de vida de um filósofo. Podemos citar alguns exemplos de exercícios espirituais, por exemplo, a própria dialética para Platão era um exercício espiritual, pois ela exigia uma certa concentração dos interlocutores que visava a transformação dos mesmos; não era uma luta onde dois indivíduos tentavam impor a sua argumentação um para cima do outro, mas um esforço realizado em comum para estar de acordo com a racionalidade do "lógos". Essa dialética ensinava a um indivíduo o pôr-se no lugar do outro, podendo, a partir disso, superar o seu próprio ponto de vista. Outro exemplo de exercício é "preparação para o sono", onde Platão recomenda a necessidade de se preparar à tarde - um esforço para estimular a parte racional da alma com seus discursos interiores, encaminhando-a a assuntos elevados, contendo assim o desejo e a raiva.

Os cínicos praticavam um exercício de domínio de si, o que também era praticado por alguns estóicos, consistia em suportar a fome, o frio, as injúrias, suprimir todo o luxo, todo o conforto, todos os artifícios da civilização para adquirir resistência e independência. Já os pirrônicos consideravam todas as coisas indiferentes, pois não sabiam se eram boas ou más. Poderíamos citar diversos exemplos de exercícios espirituais praticados por diversas escolas, mas nos limitamos a esses, pois já são suficientes para o entendimento do que são exercícios espirituais.

Os exercícios espirituais nos permitem termos uma noção de como se fazia filosofia na antiguidade, também qual era o ideal do sábio que todas as escolas buscavam. O sábio era um homem virtuoso, porém, isso era relativo, cada escola tinha a sua busca: os epicuristas buscavam os prazeres do mundo, os estóicos pelo contrário, buscavam se desvencilhar desses. A filosofia não era uma reflexão sobre coisas abstratas - como dizem hoje. O filósofo adotava posturas, adotava padrões de vida, como uma crença de que eles iriam alcançar algo se seguissem todos aqueles preceitos. Caso não se adotasse "aquele" estilo de vida, a vida não valeria a pena ser vivida, dizia Platão. Portanto, os exercícios espirituais eram o caminho para o ser

humano tornar-se a cada dia mais senhor de si. Não dá para se falar em filosofia antiga sem falar nesses exercícios, pois são eles que distinguem a filosofia de hoje da filosofia antiga; aplicando a noção de exercícios espirituais à evolução da filosofia antiga, temos a grande conclusão que para os estóicos, platônicos, pirrônicos e epicuristas, a filosofia era um modo de vida.

Marcos Vinicius da Silva Goulart
História da Filosofia Greco-Romana | 2004/1
E-mail: alguemmeprocure@gmail.com